

Rote Karte für den Schmerz

Wie Kinder und ihre Eltern aus dem Teufelskreis chronischer Schmerzen ausbrechen



Michael Dobe/Boris Zernikow
Rote Karte für den Schmerz
Wie Kinder und ihre Eltern aus dem Teufelskreis chronischer Schmerzen ausbrechen
190 Seiten, Kt, 4. überarb. Aufl. 2016
€ (D) 18,95/€ (A) 19,50
ISBN 978-3-8497-0130-7
auch als **eBook** erhältlich

 Carl-Auer Verlag
www.carl-auer.de

Über das Buch



Michael Dobe/Boris Zernikow
Rote Karte für den Schmerz
Wie Kinder und ihre Eltern aus dem Teufelskreis chronischer Schmerzen ausbrechen
190 Seiten, Kt, 4. überarb. Aufl. 2016
€ (D) 18,95/€ (A) 19,50
ISBN 978-3-8497-0130-7
auch als **eBook** erhältlich

„Wenn ich gut drauf bin, hat der Schmerz keine Chance!“

Julius, 11 Jahre

Paula ist 12 Jahre alt. Seit vier Jahren plagen sie chronische Bauchschmerzen. Die bisher angewandten Therapien haben ihr nicht geholfen. Paula ist von einem lebenslustigen Kind zu einem stillen, leidenden Mädchen geworden – und Paulas Eltern leiden mit.

Für Kinder wie sie und deren Eltern haben Michael Dobe und Boris Zernikow dieses Buch geschrieben. Auf der Basis ihrer Erfahrungen aus der ambulanten und stationären Kinderschmerztherapie zeigen die Autoren in verständlicher Weise, wie Kinder, Jugendliche und Eltern chronischen Schmerzen aktiv begegnen können.

Viele der Verhaltenstipps und Tricks sind einfach umzusetzen; sie erfordern manchmal ein wenig Mut und Geduld, aber keine aufwendigen Hilfsmittel oder Instrumente.

Das Buch hilft Familien, trotz Schmerzen zu einem normalen Alltag zurückzufinden, in dem Lachen und ein positiver Blick in die Zukunft wieder Platz haben.

Aus dem Inhalt:

- Die drei Denkfallen
- Günstige und ungünstige Verhaltensweisen bei Schmerzen
- Medikamente gegen chronische Schmerzen
- Eltern und ihre Nöte: Häufige Fragen
- Umgang mit Verwandten, Lehrern und Ärzten
- Einfache und hilfreiche Techniken der Schmerzbewältigung

Bei Bestellungen über www.carl-auer.de liefern wir deutschlandweit portofrei.

Ich bestelle:

EX: _____ € (D) 16,95/€ (A) 17,50 **Rote Karte für den Schmerz** ISBN 978-3-89670-837-3

EX: _____ ISBN 978-3- _____

Name _____

Straße _____

Ort _____

Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine Adresse für den Newsletter in Ihren E-Mailverteiler auf.

E-Mail _____ Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Über die Autoren



Michael Dobe, Dr. rer. medic., ist Leitender Psychologe am Deutschen Kinderschmerzzentrum an der Vestischen Kinder- und Jugendklinik in Datteln und in eigener Praxis tätig. Er ist ausgebildeter Familien-, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut und Traumatherapeut; 2006 erhielt er den Stefan-Engel-Wissenschaftspreis der Gesellschaft für Sozialpädiatrie und Jugendmedizin; 2010 wurde er für die Entwicklung einer neuen Methodik durch die Deutsche Gesellschaft zur Psychologischen Schmerztherapie und Schmerzforschung ausgezeichnet. Zudem ist er als Dozent in der Fort- und Ausbildung im Bereich der Kinderschmerz- und Traumatherapie tätig.



Boris Zernikow, Prof. Dr. med., ist Chefarzt des Deutschen Kinderschmerzentrums an der Vestischen Kinder- und Jugendklinik Datteln – Universität Witten/Herdecke. 2008 erhielt er einen Ruf auf den Lehrstuhl für Kinderschmerztherapie und Pädiatrische Palliativmedizin der Universität Witten/Herdecke. Er ist Herausgeber mehrerer Fachbücher und wurde mit zahlreichen Auszeichnungen für seine Verdienste in der Kinderschmerztherapie gewürdigt.

Zum Geleit

Liebe Leserinnen und Leser,

zunächst möchte ich Ihnen zum Erwerb dieses Buches gratulieren. Ich finde es außerordentlich spannend und informativ, glänzend geschrieben, und ich bin sicher, dass es vielen schmerzgeplagten Kindern und Jugendlichen und damit auch ihren Eltern nachhaltig helfen wird.

Leider werden Schmerzen, gerade solche, unter denen Kinder leiden, immer noch nicht ernst genug genommen. Kopfweh, Bauchschmerzen, Rückenschmerzen – „Es wird schon nicht so schlimm sein“ oder „Stell dich nicht so an!“, heißt es nur allzu oft. Statt dass man die jungen Patienten einer wirksamen Therapie zuführt, schon um die Chronifizierung ihrer Schmerzen zu verhindern.

Das Verhältnis zum Phänomen Schmerz ist in unserer Gesellschaft von teilweise tragischen Missverständnissen geprägt: So wurden noch vor einigen Jahren Neugeborene ohne Narkose operiert, in der Annahme, ihr Nervensystem sei noch zu unreif für Schmerzempfindungen oder Menschen sind der Überzeugung, dass Schmerz eben schicksalhaft und im Grunde nicht behandelbar sei. Diese Vorstellung müssen wir endlich aufgeben!

Schmerzen von Kindern mitzuerleben, zumal chronische oder immer wiederkehrende Schmerzen, ist für alle – Eltern, Geschwister, die ganze Familie – eine seelisch zutiefst belastende Situation, zweifellos auch für die betreuenden Krankenschwestern und Ärzte.

Wie gut, dass Michael Dobe und Boris Zernikow, die Autoren dieses Buches, es auf sich genommen haben, intensiv mit Kindern zu arbeiten, die unter Schmerzen leiden. Es sind äußerst erfahrene Therapeuten, die durch ihre wissenschaftliche Tätigkeit viel dazu beigetragen haben, dass wir heute das Wesen von Schmerz, besonders den chronischen Schmerz bei Kindern und Jugendlichen, besser verstehen und, vor allem, endlich kompetent behandeln können. Ihre Erkenntnisse und praktischen Erfahrungen haben sie hier in einer großartigen und überzeugenden

Weise dargestellt. Überzeugend deswegen, weil es ihnen zum einen gelungen ist, die komplexen Zusammenhänge zwischen Schmerzerleben und den Möglichkeiten von Schmerzbehandlung und -bewältigung in einer klaren und für jedermann verständlichen Weise zu beschreiben. Zum anderen aber, weil sie durch die vielen geschilderten Beispiele, die praktischen Vorschläge und die oft humorvollen Kommentare lebensnahe Informationen und Anleitungen für Eltern und die betroffenen Kinder geben.

Auch die Sprache mit ihren vielen kreativen Elementen – da gibt es „Denkfallen“ und „Mutmach-Bilder“; witzige „Schildkröten“- und „Katzen“-Vergleiche bei den Entspannungsübungen – macht das Buch neben aller fachlichen Ernsthaftigkeit zu einem Lesevergnügen.

Vor allem aber wird es den Eltern, den Familien Mut machen. Es wird sie aus dem oft so quälenden Zustand der Hilflosigkeit befreien und ihnen und den jungen Patienten helfen, gemeinsam aus dem Teufelskreis chronischer Schmerzen auszubrechen.

Dr. med. Marianne Koch
Ehrenpräsidentin der Deutschen Schmerzliga e. V.

Hier finden Sie weitere Titel der Reihe Carl-Auer LebensLust:
www.carl-auer.de/lebenslust

